5.102 Polievka tekvicová
100 porcií

Receptúra

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
	Hmotnosť v kg, l, ks							
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
voda	13,00	13,00	14,00	14,00	15,00	15,00	15,00	15,00
mlieko	5,00	5,00	6,00	6,00	7,00	7,00	10,00	10,00
múka hladká	0,20	0,20	0,20	0,20	0,40	0,40	0,60	0,60
cibuľa	0,20	0,17	0,25	0,21	0,30	0,25	0,35	0,29
soľ	0,07	0,07	0,10	0,10	0,12	0,12	0,15	0,15
olej	0,10	0,10	0,15	0,15	0,20	0,20	0,25	0,25
cukor kryštálový	0,10	0,10	0,20	0,20	0,20	0,20	0,30	0,30
ocot	0,10	0,10	0,20	0,20	0,20	0,20	0,30	0,30
maslo	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10	0,15	0,15
tekvica čerstvá	5,00	3,25	6,00	3,90	7,00	4,55	8,00	5,50
kôpor čerstvý	0,10	0,07	0,10	0,07	0,10	0,07	0,10	0,07
hmotnosť porcie v g	180		200		220		250	

Výrobný postup

Očistenú umytú a postrúhanú tekvicu dáme variť do osolenej vody. Na oleji speníme opraženú, očistenú, najemno posekanú cibuľu, zahustíme nasucho opraženou múkou, dolejeme mliekom, zjemníme maslom a dochutíme octom, cukrom, umytým posekaným kôprom a varíme 20 minút.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	vitamíny				
										A	B_1	B_2	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A	284	68	2,32	3,2	0,9	7,1	1,0	78,7	0,5	0,081	0,0	0,1	5,0	0,0
B	333	80	2,75	3,3	0,9	9,0	1,2	93,7	0,6	0,096	0,0	0,1	5,9	0,0
C	410	98	3,38	4,0	1,2	11,3	1,4	108,7	0,7	0,111	0,1	0,1	6,7	0,0
D	565	136	4,73	5,4	1,5	15,9	1,7	148,4	0,9	0,137	0,1	0,2	8,0	0,0